


ఉప వేదాలు

ఆరోగ్యం

వైదిక చికిత్సా పద్ధతి



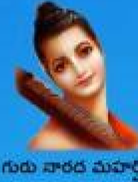


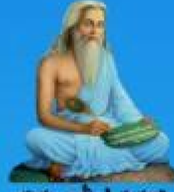
సదాశివ సమారంభాం


గురు దక్షిణామూర్తి


గురు వేదవ్యాస మహర్షి


గురు శుక మహర్షి

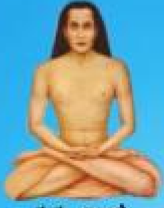

గురు నారద మహర్షి


గురు వాల్మీకి మహర్షి


గురు శ్రీకృష్ణ

శంకరాచార్య మధ్యమాం


గురు దత్తాత్రేయ


గురు బాబాజీ


గురు గౌతమ బుద్ధ


గురు ఆదిశంకరాచార్య

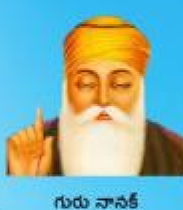

గురు రామానుజాచార్యులు


గురు జ్ఞానేశ్వర్


గురు రవిదాస్


గురు కబీర్ దాస్


గురు చైతన్య మహా ప్రభువు

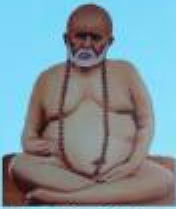

గురు నానక్


గురు రాఘవేంద్ర స్వామి


గురు వీరబ్రహ్మేంద్ర స్వామి


యోగి వేమన

అస్మదాచార్య పర్యంతాం


గురు త్రైలింగ స్వామి


గురు లాహిరి మహాశయ



గురు రామకృష్ణ పరమహంస, అమ్మ శారదాదేవి


గురు వివేకానంద

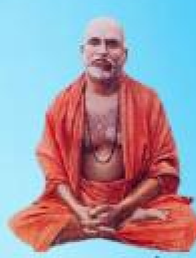

గురు సాయి బాబా


గురు అరబిందో


గురు రమణ మహర్షి


గురు యోగానంద


గురు భక్తివేదాంత ప్రభుపాద


గురు మళయాళస్వామి


గురు విద్యాప్రకాశానందగిరి


గురు చంద్రశేఖర పరమాచార్య

వందే గురుపరంపరాం..




నన్ను "నేను" తెలుసుకోవటానికి

నన్ను "నేను" మార్చుకోవటానికి

నన్ను "నేను" చేరుకోవటానికి

మరియు అత్యుత్తమ జీవన విధానానికి

కావలసిన భక్తి,జ్ఞాన,కర్మ,ధర్మ సమాచారం ఒకేచోట తెలుగులో ఉచితంగా!

సాధారణంగా వేదాంతం తెలుసుకోవాలనే కోరిక వుంటుంది, కాని గ్రంధాలు అందుబాటులో లేవు. ఇంకొకరి దగ్గర గ్రంధాలు వుంటాయి, కాని జిజ్ఞాసువులకి ఎక్కడ ఉన్నవో తెలియదు. అలాగే కొన్ని లైబ్రరీ లో కొన్ని రకాల పుస్తకాలు మాత్రమే లభ్యం అవుతున్నాయి, అంతేగాక విలువైన గ్రంధాలు సరైన సంరక్షణ లేక కనుమరుగైపోతున్నాయి, కనుక మన అందరి కోసం భారత ప్రభుత్వం పురాతన ఆధ్యాత్మిక గ్రంధాలను సంరక్షించే నిమిత్తం ఎంతో శ్రమతో కంప్యూటరీకరణ ద్వారా ఒక చోట చేర్చుతూ ఆన్ లైన్ చేయటం జరిగింది. ఇటువంటి విలువైన జ్ఞాన సంపదను మరింత సులభంగా అందుబాటులోకి తీసుకురావటానికి సాయి రామ్ సేవక బృందం ఉడతా భక్తి గా ఇప్పటివరకి దాదాపు **5000** పుస్తకాలను వివిధ వర్గాలుగా విభజించి PDF(eBOOK) రూపంలో ఆన్ లైన్ లో ఉచితంగా అందించటం జరిగింది. కనుక ప్రతి ఒక్కరు ఈ సదవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోగలరు. ఇందుకు సహాయం అందించిన భారత ప్రభుత్వపు వెబ్ సైట్(డిజిటల్ లైబ్రరీ అఫ్ ఇండియా http://www.new.dli.ernet.in), ఆర్కైవ్ వెబ్ సైట్(https://archive.org), గూగుల్ వెబ్ సైట్(https://www.google.co.in), మైక్రోసాఫ్ట్ వెబ్ సైట్(http://www.microsoft.com) కు మేము ఋణపడివున్నాము.అలాగే ఇటువంటి బృహత్తర కార్యక్రమానికి పెద్ద మొత్తం లో గ్రంధాలను అందించిన తిరుమల తిరుపతి దేవస్థానమునకు కూడా మనం ఋణపడివున్నాము. సాయి రామ్ సేవక బృందం కోరుకొనేది ఒక్కటే, ప్రతి ఇల్లు ఆధ్యాత్మిక జ్ఞాన గ్రంధాలతో నిండిపోవాలన్నదే మా కోరిక.

ఈ గ్రంధాలను ఉచితంగా ఆన్ లైన్ లో చదువుటకు, దిగుమతి(డౌన్లోడ్) చేసుకొనుటకు గల మార్గాలు:

1) భారత ప్రభుత్వపు వెబ్ సైట్: http://www.new.dli.ernet.in లేక http://www.dli.ernet.in
2) సాయి రామ్ వెబ్ సైట్: http://www.sairealattitudemanagement.org
3) సాయి రామ్ గూగుల్ సైట్: https://sites.google.com/site/sairealattitudemanagement
4) ఆర్కైవ్ వెబ్ సైట్: https://archive.org/details/SaiRealAttitudeManagement

ఈ జ్ఞాన యజ్ఞం పై గల సలహాలు,సూచనలకు సేవక బృందాన్ని సంప్రదించుటకు: sairealattitudemgt@gmail.com
సాయి రామ్ భక్తి,జ్ఞాన సమాచారం: https://www.facebook.com/SaiRealAttitudeManagement
సాయి రామ్ భక్తి,జ్ఞాన సంబంధ వీడియోలు: https://www.youtube.com/user/sairealattitudemgt

ఈ జ్ఞాన యజ్ఞంలో ప్రతి ఒక్కరు పాల్గొని, ఈ అవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకొని,మీరు సంతృప్తులైతే మరొక సాధకునికి, జిజ్ఞాసువులకు మార్గం చూపించగలరని ఆశిస్తున్నాము. మీరు చదువుకోవటంలో ఏమైనా ఇబ్బంది కలిగితే సేవక బృందంను సంప్రదించగలరు. ఒకవేళ మా సేవలో ఏమైన పొరపాటు వస్తే మన్నించగలరు.

ఈ గ్రంధపు భారత ప్రభుత్వ డిజిటల్ లైబ్రరీ గుర్తింపు సంఖ్య: 6020010002255

గమనిక: భక్తి,జ్ఞాన ప్రచారార్ధం **ఉచితంగా eBook** రూపంలో భారత ప్రభుత్వపు సహాయంతో ఇవ్వడం జరిగింది. ఈ గ్రంధముపై వ్యాపార,ముద్రణ హక్కులు రచయిత,పబ్లిషర్స్ కి గలవు, కనుక వారిని సంప్రదించగలరని మనవి చేసుకొంటున్నాము.

SaiRealAttitudeManagement(SAI RAM) - సాయి నిజ వ్యక్తిత్వ నిర్వహణ(సాయి రామ్)

* సర్వం శ్రీ సాయినాధ పాద సమర్పణమస్తు *

భారత ప్రభుత్వపు వెబ్ సైట్ - డిజిటల్ లైబ్రరీ అఫ్ ఇండియా

http://www.new.dli.ernet.in

Digital Library of India: Inc ×

www.new.dli.ernet.in

Digital Library of India

Hosted by: Indian Institute of Science, Bangalore in co-operation with
CMU, IIIT-H, NSF, ERNET and MCIT for the Govt. of India and 21 major participating centres.

Home | Vision | Mission | Goals | Benefits | Content Selection | Current Status | People | Funding | Copyright Policy | FAQ | RFP

Books Journals Newspapers
Palm-Leaves (Manuscripts)

Title: Ramayanam
Author:
Year: to
Subject: Any Subject
Language: Telugu
Scanning Centre: Any Centre
Clear Search

Presentations and Report
Statistics Report
Status Report
Feedback | Suggestions | Problems | Missing links or Books

Click here for PDF collection
DLI MIRROR at IUCAA Data Center PUNE

DLI

For the first time in history, the Digital Library of India is digitizing all the significant works of Mankind.

Click Here to know More about DLI New!

Books	Journals	Newspapers	Manuscripts
Rashtrapati Bhavan CMU-Books Sanskrit TTD,Tirupathi Kerala Sahitya Akademi	INSA	Times of India Indian Express The Hindu Deccan Herald Eenadu Vaartha	Tamil Heritage Foundation AnnaUniversity NEW!

Title Beginning with.

A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z

Author's Last Name

A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z

Year

1850-1900 | 1901-1910 | 1911-1920 | 1921-1930 | 1931-1940 | 1941-1950 | 1951-

Subject

Astrophysics | Biology | Chemistry | Education | Law | Mathematics | Mythology | Religion | For more subjects...

Language

Sanskrit | English | Bengali | Hindi | Kannada | Marathi | Tamil | Telugu | Urdu

అతి విశిష్టం ఈ దానం!

స్వామి వివేకానంద

"దానాలలోకెల్లా ఆధ్యాత్మిక విద్యాదానం చాలా శ్రేష్ఠమైంది! దాని తరువాతిది లౌకిక జ్ఞానదానం, ప్రాణదానం, అన్నదానం" అని వ్యాసమహర్షి చెప్పారు.

మన ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానం భారతదేశ హద్దులలో నిలిచి పోకూడదు. లోకమంతటినీ ఆవరించాలి! ఇలా లోకవ్యాప్తమైన ధర్మప్రచారాన్ని మన పూర్వులు చేశారు. హైందవ వేదాంతం ఎన్నడూ ఈ దేశం దాటి పోలేదని చెప్పేవారూ, మతప్రచారార్థం తొలిసారిగా, పరదేశాలకు వెళ్ళిన సన్యాసిని నేనే అని చెప్పేవారూ, తమ జాతిచరిత్ర నెరుగని వారే! ఇలాంటి సంఘటనలు ఎన్నోసార్లు జరిగాయి. అవసరమైనప్పుడల్లా, భారతీయ ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానప్రవాహం వెల్లువలా లోకాన్ని ముంచెత్తుతూ వచ్చింది.

రాజకీయ ప్రచారాన్ని రణగొణధ్వనులతో, యోధులతో సాగించవచ్చు. అగ్నిని కురిపించి, కత్తిని ఝళిపించి, లౌకిక జ్ఞానాన్నీ, సంఘనిర్మాణ విజ్ఞానాన్నీ విరివిగా ప్రచారం చేయవచ్చు. కానీ ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానదానం కళ్ళకు కనిపించకుండా, చెవులకు వినిపించకుండా కురుస్తూ, రోజా పువ్వుల రాసుల్ని వికసింపజేసే మంచులాగా నిశ్శబ్దంగా జరగవలసి ఉంది. భారతదేశం నిరాడంబరంగా, లోకానికి మళ్ళీ మళ్ళీ చేస్తూ వచ్చిన దానమిదే!

మిత్రులారా! నేను అవలంబించే విధానాన్ని తెలియజేస్తాను వినండి. భారతదేశంలోనూ, ఇతర దేశాల్లోనూ మన పారమార్థిక ధర్మాలను బోధించడానికి తగినవారుగా మన యువకుల్ని తయారు చేయడానికై భారతదేశంలో కొన్ని సంస్థలను నెలకొల్పాలి! ఇప్పుడు మనకు కావలసింది బలిష్ఠులు, ఐవసంపన్నులు, ఋజువర్తనులు, ఆత్మ విశ్వాసపరులు అయిన యువకులు. అలాంటి వారు నూరుమంది దొరికినా, ప్రపంచం పూర్తిగా పరివర్తన చెందగలుగుతుంది!!

ఇచ్ఛాశక్తి తక్కిన శక్తులన్నిటి కన్నా బలవత్తరమైంది. అది సాక్షాత్తూ భగవంతుని దగ్గరి నుండి వచ్చేదే కాబట్టి దాని ముందు తక్కినదంతా లొంగిపోవలసిందే. నిర్మలం, బలిష్ఠం అయిన 'ఇచ్ఛ' (సంకల్పం) సర్వశక్తిమంతమైంది. దానిలో మీకు విశ్వాసం లేదా? ఉంటే మీ మతంలోని మహోన్నత ధర్మాలను ప్రపంచానికి బోధించడానికై కంకణం కట్టుకోండి. ప్రపంచం ఆ ధర్మాల కోసమై ఎదురుచూస్తోంది. అనేక శతాబ్దాలుగా ప్రజలకు క్షుద్రసిద్ధాంతాలు నేర్పడం జరిగింది. వారు వ్యర్థులని ప్రపంచమంతటా బోధలు జరిగాయి. ఎన్నో శతాబ్దాల నుండి వారు ఈ బోధనల వల్ల భయభ్రాంతులై, పశుప్రాయులైపోతున్నారు. తాము ఆత్మస్వరూపులమనే మాటను వినడానికైనా వారెన్నడూ నోచుకోలేదు. "నీచాతినీచుడిలో కూడా ఆత్మ ఉంది. అది అమృతం, పరమ పవిత్రం, సర్వశక్తిమంతం, సర్వవ్యాపకమైనది" అని వారికి ఆత్మను గురించి చెప్పండి. వారికి ఆత్మవిశ్వాసాన్ని ప్రసాదించండి. ❖



మూలం: శ్రీ రామకృష్ణ ప్రభ - ఫిబ్రవరి 2014

ఓం

వైదిక చికిత్సాపద్ధతి

వేదమునం దనేక విధములగు చికిత్సాపద్ధతులు వర్ణింపబడియున్నవి. కొన్ని పద్ధతులు సవిస్తరముగను కొన్ని సంక్షేపముగను వర్ణింపబడినవి. విచారశీలుడగు వైద్యోత్తము డీవైదిక-చికిత్సాపద్ధతి నావశ్యకముగా మననము చేయవలయును.

వేద మీ చికిత్సాపద్ధతులద్వారా మనుష్యులను స్థూలతత్త్వమునుండి సూక్ష్మతత్త్వమువఱకును దీసికొని వెళ్లుచున్నది. మనుష్యులయొక్క స్థూల శక్తులకంటె సూక్ష్మ శక్తులవిషయమునం దధిక ప్రేమోత్పత్తిని చేయుటయే యథార్థమగు ధర్మము యొక్క ముఖ్యాభీష్టము. స్థూలపదార్థముల శక్తి యొక్క జ్ఞానము మనుష్యులకు స్థూలదృష్టితో తెలియుచున్నది; ఏలయన అది ప్రత్యక్షముగ నున్నది. సాధారణముగ మనుష్యప్రవృత్తి ప్రత్యక్షమగు వ్యక్తదృష్టియందు రమించుచున్నది. విశేషకారణము లేక మనుష్యుడు అప్రత్యక్ష అవ్యక్త అదృశ్యములవంకల పరుగెత్తుటకు కోరడు. కోరుట లేదు. ఎవ్వారలు విచారణసహిత నేత్రములతో సృష్టియొక్క నిరీక్షణమును అహర్నిశము చేయుచున్నారో, వారికీదృశ్యస్థూలజగత్తునం దొక అదృశ్యసూక్ష్మతత్త్వము కనుబడుచున్నది. ఎప్పుడు వారికా తత్త్వముయొక్క సాక్షాత్కారమగ్లేయగుట కారంభించుచున్నదో అప్పుడు వారిభక్తి స్థూలముపైకంటె సూక్ష్మమునం దధికముగ దృఢమగుచున్నది. ఏలయన సూక్ష్మముయొక్క సామర్థ్యము స్థూలముకంటె అనేకరెట్లధికముగ నున్నది. ఈవిషయము వివిధమగుచికిత్సా పద్ధతులయందును గోచరమగుచున్నది. ప్రథమావస్థయందు మనుష్యుల ప్రేమ ఓషధులు, పండులు, మాత్రలు మొదలగువానిపై విశేషముగ నుండును. ఇది

స్థూలముపై ప్రేమ. మానసిక-చికిత్సచేయకనే శరీరములో మందులను కుక్కు-చున్నవారెల్లరు స్థూలదృష్టిగల వైద్యులు. మనస్సునకు శరీరమంతయు స్వాధీనమగుచున్నది. మనస్సు బలహీనమైనది కానంతవఱకే రోగములు మానవుని దగ్గఱకు రాజాలవు. కనుక ప్రతిరోగికి మానసిక-చికిత్స ప్రథమమున జరుగుట ముఖ్యావశ్యకమైయున్నది. ఈవిషయము సూక్ష్మతత్వదర్శనాన్వేషులగు అమెరికావారికి గోచరించినది.

In the heroic days of the Veda-Writers the Physician of the body was also the Physician of the mind. Dt. Axil Emil Gibsons Health Culture Vol. XXVI No. V May, 1920)

"వేదకర్తలయొక్క వీరయుగమునందు శారీరక-చికిత్సకుడు మానసిక-చికిత్సకుడుగ గూడ నుండెను."

డా॥ గిబ్సన్ గారు.

ఈ మ. గిబ్సన్ మహాశయుని కథనము పూర్తిగ సత్యమే కాని దీనియందాశ్చర్యకరమగు విషయ మిదియే. ఏవిషయము మ. గిబ్సన్ గారికి విదితమయ్యెనో అప్పటివఱ కది ఆర్యదేశీయవైద్యులకు విదితము కాలేదు.

వేద మౌషధ-చికిత్సను చెప్పుచున్నది. కాని దానియాకర్షణ మంతయు సూక్ష్మమగు మానసిక-చికిత్సయందే యున్నది. ఏభద్రపురుషులీవేదమంత్రములను సూక్ష్మదృష్టితో చూతురో వారాసమయమునందే వేదాకర్షణ మెంత ప్రబలముగ నున్నదో తెలిసికొనగలరు. ఈవిషయమునుమాత్ర మిప్పుడు స్పష్టము చేయవలసియున్నది.

(౧) దివ్యమైన వైద్యుడు.

యత్రౌషధీః సమగ్మత రాజానః సమితామివ
విప్రః స ఉచ్యతే భిషగ్రక్షోహాఽమీవ చాతనః॥

ఋగ్వే. మం.౧౦ - సూ ౯౭- మం. ౬.

అర్థము—ఏవిధముగ రాజు ప్రజలు అథవా క్షత్రియులు, సమితాం ఇవ = సభయం దేకత్రితమగుచున్నారో, అవిధముగ, వి - ప్రః = విశేషముగ జ్ఞానముగల మానవుని మాత్రమే, భిషక్ = వైద్యుడు అని చెప్పుచున్నారు. వాడే, రక్షో - హా = రాక్షసులను హననముచేయువాడు. మఱియు, అమీవ - చాతనః = రోగములను దూరముచేయువాడు — చెప్పబడుచున్నాడు. ఈ మంత్రములో వైద్యుని లక్షణము చెప్పబడియున్నది. (1) ఔషధముల నన్నిటిని తనదగ్గఱ నుంచుకొనెడివాడు. (2) తన శాస్త్రమును సాంగోపాంగముగ నధ్యయనము చేసియున్నవాడు. (3) యుక్తిచే యోజనచే, భిషజ్యతి = రోగములను దూరముచేయగలవాడు. (4) రాక్షసులను నాశనము చేయగలవాడు. (5) రోగములను సమూలముగ, చాతనః = వెల్లగించివేయువాడు. వైద్యునిలక్షణము లైమను పైమంత్రమున చెప్పబడియున్నవి, "రక్షః, రాక్షస, అసుర" ఈ శబ్దములు విశేషార్థములతో వైద్యశాస్త్రములో వర్ణింపబడియున్నవి. ఇవి సజీవప్రాణధారులగు సూక్ష్మ ప్రాణులైయున్నవి. అవి మనుష్యనేత్రములకు కూడా కనబడవు. శతపథములో వీటిని గురించి చెప్పబడియున్నది.

తదనథునేతి, అవధూతం రక్షః, అవధూతా అరాతయః
ఇతి, తన్నాష్ట్రా ఏవైతద్రక్షాం స్యతోఽపహంతి॥
శత. బ్రా-౧-౧-౪.

"అది చర్మమును బలాత్కారముగా లాగుకొనునవియు అందుచే రాక్షసులు, అసురులు నాశనమగుదురనియూ చెప్పబడియున్నది. ఈ విధముగ వినాశమును గలుగజేయు రాక్షసులయొక్క సంహారమగుచున్నది." అనగా చర్మమును బలాత్కారముగ లాగుటచే దానియందు దాగియున్న రాక్షసులు క్రిందబడి నశింతురు. రాక్షసులు చర్మములో దాగియుందురు. వారు మనుష్యుల నేత్రములకు కనుబడరు. బలాత్కారముగ లాగుటచే దూర

ఈ మంత్రములో వైద్యునిముఖ్యలక్షణ మొకటి చెప్పబడియున్నది. అది యిది. "వైద్యుడు సత్యరూపుడగు బ్రాహ్మణుడు కావలయును. అనగా బ్రహ్మజ్ఞానయుక్తవైద్యుడు కావలయును." వైద్యుడు ఆత్మజ్ఞానము గలవాడే కావలయును; కలవాడైయుండవలయును. ఆత్మ, బుద్ధి—మనస్సు మొదలగువాటిని సూక్ష్మతత్త్వములయొక్క గుణధర్మములను తెలిసినవాడే వైద్యుడుగ నుండవలయును; కావలయును. ఇతరులు—ధనార్థులు వైద్యులుగ నుండకూడదు. ధనార్థులై వైద్యము చేయఁగూడదు. వైద్యవ్యవసాయము వాస్తవముగ దైవవ్యవసాయమైయున్నది. కాని లోభత్వకారణముచే నితరపనులకు సమానముగా నిదికూడ రాక్షసులచేఁ జేయబడుచున్నది. ఆత్మజ్ఞానముగల వైద్యులికాలమున నేదో పవిత్రవంతమగు ప్రదేశములో నుండిన నుండవచ్చును. కాని లేకపోలేదు.

ఈ మంత్రములో నౌషధములతో సోముని పేరు వచ్చియున్నది. సోమశబ్దార్థము సోమవల్లి—చంద్రుడు—పరమాత్మ. చంద్రునకు షోడశకళ లున్నవి. జీవునకు షోడశకళ లున్నవి. ఇది "షోడశీ ఇంద్ర అని" వేదములో కూడ చెప్పబడియున్నది. సోమవల్లికిఁ గూడ శుక్లకృష్ణపక్షముల యందు చంద్రునివలె క్షీణవృద్ధ్యవస్థ లున్నవని చెప్పుచున్నారు. చంద్రునకును, సోమవల్లికిని సంబంధము గలుగఁజేయుటవలన సోమవల్లికి కూడ ౧౬ కళ లుండుట అవశ్యకమని యూహింపబడుచున్నది. శోధక వైద్యులీవిషయమును విచారించెదరుగాక !

ఔషధవాచక సోమశబ్దము ఆత్మవాచక మగుటవలన స్థూలౌషధనామముచే సూక్ష్మమగు ఆత్మతత్త్వ మిచట సూచింపబడెను. వేదము ప్రతిమాటకు పాఠకులను సూక్ష్మతత్త్వముదగ్గఱకు నెట్టివేయుచున్నది. ఇప్పుడు వేదములో చెప్పబడిన యౌషధులను చూడుడు.

పిప్పలీః క్షిప్తభేషజీః ఉతాతివిద్ధభేషజీః
తా దేవాః సమకల్పయన్ ఇయం జీవితవా అలమ్॥

అథర్వవే. కాం ౬. సూ ౧౦౯. మం ౧.

అర్థ—పిప్పలినామక ఔషధము క్షిప్త-అతివిద్ధరోగముల కత్యంత ముపయోగియైయున్నది. ఈయోషధి యొక్కటియే జీవాతువై =జీవించియుండుటకు, అలం=పర్యాప్తమైయున్నది. ఇటు దేవతలు కల్పనచేసియున్నారు, అర్థాత్ పరమాత్మునిచే దీనియందీగుణము కల్పనచేయబడియున్నది.

ఏ రోగములో మనుష్యుడు పిచ్చివానివలె నగుచున్నాడో, ఆ రోగమును క్షిప్తమని చెప్పుచున్నారు. రోగముచే మిక్కిలి యావరింపబడియున్నటువంటి రోగముపేరు 'అతివిద్ధ'మని చెప్పుచున్నారు. వీనికి, ఈరోగములను తొలగించుటకు పిప్పలీఓషధి అత్యంతఉత్తమమైయున్నది. ఇంతియే కాదు గాని, ప్రాణిమాత్రుల జీవనములౌటకు. అర్థాత్ సంపూర్ణఆరోగ్యమును ప్రాప్తింపజేయుటకీ యోషధిమాత్రమే పర్యాప్తమైయున్నది.

మఱియు—

శ్యామా సరూపంకరణీ పృథివ్యా అధ్యుద్భృతా।
ఇదమూషు ప్రసాధయ పునా రూపాణి కల్పయ.

అథర్వవే. కాం ౧-సూ ౨౪-మం ౪.

అర్థ—శ్యామనామక వనస్పతి, ఏది, భూమికి పైన వృద్ధిపొందుచున్నదో, అది శరీరరంగు (రూపు)ను బాగుచేయుచున్నది. ఈవనస్పతిచే (పునః) మఱల శరీరముయొక్క రూపు బాగగుచున్నది.

శరీరముపై శ్వేతకుష్ఠముమచ్చలేవి పుట్టుచున్నవో, మఱియు నన్యవిధముగు కుష్ఠముచే శరీరము విరూపమగుచున్నదో, ఆరోగములనుండి శ్యామా ఓషధి రక్షించి పునః పూర్వవతుగ, సుందరరూపునిగ చేయుచున్నది; చేయును. ఈవిధముగా ననేక ఓషధులవర్ణన వేదములయందున్నది. ఇచట కేవలము

సూచనగ మాత్రమే చెప్పబడియున్నది. కనుక నింతయే పర్యాప్తమైయున్నది. ఓషధులప్రయోగముచే ఆరోగ్య సంపాదనయొక్క స్థూలమార్గ మిదియే. ఓషధులు లేనిచో పెద్ద పెద్ద వైద్యులుకూడ నేమియు చేయజాలరు. ఈమార్గమున నాపత్తి యిదియే. పరాధీనతచే దుఃఖము; స్వాధీనతచే, స్వతంత్రతచే - సుఖముగలుగుచున్నది. ఓషధులయొక్క అవలంబనరూప పరాధీనత యీమార్గమం దున్నది. కాబట్టి వేదము జలచికిత్సను చెప్పియున్నది. అర్థాత్ సుగమోపాయ స్వాతంత్ర్య జల-చికిత్సా మార్గమును చూపియున్నది.

౩ జల చికిత్స.

వేదములో జలచికిత్స యేవిధముగా నుండెనో "జల - విద్యా" నామకపుస్తకములోఁ జెప్పబడియున్నది. కాబట్టి దానిని మఱల నిచట విశేషముగా వర్ణించుట కావశ్యకత లేదు. కాని ఒకటిరెండుమంత్రము లిచట నమూనాకై యీయబడుచున్నవి.

అప్సు మే సోమో అబ్రవీ దంత ర్విశ్వాని భేషజా।
అగ్నిం చ విశ్వశంభువ మాపశ్చ విశ్వభేషజీ.

ఋగ్వే. మం ౧. సూక్త ౨౩-మం ౨౦.

అర్థ-జలములో నీటిలో నౌషధము లన్నియు నున్నవని సోముడు నాకు జెప్పెను. అన్ని యౌషధములు జలమే. మఱియు నగ్నియును నారోగ్యము సంతయు సమకూర్చెడి దైయున్నది."

ఈమంత్రములో కేవలము జలప్రయోగముచే రోగము లన్నియు నివృత్తములగును." అని సూచింపబడియున్నది. ఈమంత్రములోనే అగ్నిచికిత్స యొక్క సూచన కూడ దొరకుచున్నది. కాని యీవిషయము నిచట వ్రాయుటకై స్థానములేదు. అగ్నిచికిత్సావిషయము నితరసమయమున సవిస్తారముగా

వ్రాయుదుము. ఏలయన నీ చికిత్స కనేకవిభాగము లున్నవి. అందుచే నిచట వ్రాయజాలము.

అప్స్వ న్త రమృతం అప్సు భేషజం॥

ఋగ్వే. మం ౧. సూ ౨౩. మం ౧౯.

"జలమం దమృత మున్నది. జలములో నోషధులు, మందులు ఉన్నవి."

ఈ విధముగా నుదకముయొక్క వర్ణన వేదములో వచ్చుచున్నది. మఱియు జలచికిత్సకు సూచన లిచ్చుచున్నది.

అప ఇద్వా ఉ భేషజీ రాపో అమీవ చాతనీః
ఆపః సర్వస్య భేషజీ స్తా స్తే కృణ్వన్తు భేషజమ్॥

ఋగ్వే. మం ౧౦ సూ-౧౩౭. మం ౬.

అర్థ—జలము నిస్సందేహముగా నౌషధమైయున్నది. జలము నిస్సంశయముగా రోగములను దూరముచేసెడిదై యున్నది. జల మన్నిరోగములకు నొకటే మందు. ఆ జలము మీాకై ఔషధముగా చేయబడియున్నది.

ఈ మంత్రములో 'నొక జలప్రయోగముచే రోగము లన్నియు సంపూర్ణిగా దూరము కాగలవు' అని స్పష్టముగా వ్రాయబడియున్నది. జలాభిషించనము - ఉపసించనము మొదలగు విధులు అథర్వవేదములో వ్రాయబడియున్నవి. నానావిధములుగ జలము నుపయోగముచేయు పద్ధతులయొక్క సూచన అశబ్దములయందు దొరకుచున్నది. 'ఒకజలమే రోగము లన్నిటిని శమనముచేయు (దూరముచేయుటకు) పర్యాప్తమై యున్నట్లైతే యితరములగు మందుల కేమి యావశ్యకత యున్నది' అని ప్రశ్న యుత్పన్నమగుచున్నది. జలమన్ని దేశములలో, అన్ని కాలములలో దొరకగలదు. ఓషధు లన్ని కాలములలో, అన్ని దేశములలో దొరకుటలేదు. కాబట్టి ఓషధీచికిత్సకునికంటె, జలచికిత్సకులకు - జలచికిత్సను చేయువారికి, అధిక స్వాతంత్ర్య మున్నది. ఓషధులతో, మందులతో పోనటువంటి కఠినత్వము - కూరవ్యాధులు -

జలచికిత్సచే తొలగి కుదిరియున్నవి. దీనిలో సందేహ మేమియు లేదు. జల చికిత్సలో మందులయం దుండు మిక్కిలి వేడిచే, కాఠిన్యముచే, చేదులచే నోరు చెడిపోవునను భయములేదు. ఓషధి- మందులచికిత్స -స్థూలము. అర్థాత్ పార్థివచికిత్స యైయున్నది. దానికంటె సూక్ష్మము జలతత్త్వముయొక్క ఆశ్రయమగుటచే జలచికిత్సవలన మనుష్యుడొక మెట్టుపైకి చేరుచున్నాడు. ఏలయన, ఎవని విశ్వాసము జలచికిత్సయం దుండునో వాని మనసులో సూక్ష్మతత్త్వముయొక్క శక్తికల్పన జాగరితమగుచున్నది. అర్థాత్ మేలు కొనుచున్నది. ఇక్కాలమున జలచికిత్సను విశ్వసించని వైద్యు లనేకు లున్నారు. ఎట్లు ఔషధచికిత్సచే రోగులదగ్గఱనుండి యెంతధనము లాగి కొనుటకు వీలగుచున్నదో, అట్లు అంత యధికధనము రోగులదగ్గఱనుండి లాగికొనుటకు వీలు గలుగుటలేదు. ఇది వైద్యులకు సదుపాయమైన మాట కాదు. కాని రోగులకు సదుపాయము - ఉన్నది. జలచికిత్సచే నధిక మగు చున్నది. దీనికి మూలకారణ మిదియే. దీనిలో సూక్ష్మతత్త్వముయొక్క ఆశ్రయ మగుచున్నది. అర్థాత్ సూక్ష్మతత్త్వముయొక్క స్థాన మున్నది. ఏ ప్రాణితో సూక్ష్మతత్త్వముయొక్క ఆశ్రయ ముండునో, ఆప్రాణి యధి కోన్నతి, అధికసుఖము మనుష్యునకు ప్రాప్తమగుచున్నవి. ఇది వైదికధర్మము యొక్క సిద్ధాంతము.

౩ అగ్ని చికిత్స

"అగ్నిం చ విశ్వ-శం-భువం" ఇట్లు పూర్వస్థలములో చెప్పబడి యున్నది. సంపూర్ణ (- శం -) శాంతిని - ఆరోగ్యమును - (భువం) ఇచ్చు నది అగ్నియైయున్నది. అర్థాత్ సంపూర్తిగా దోషములను అగ్ని దూరము చేయగలదు. రాక్షసులను నాశనముజేయుట వైద్యుని కొక కర్తవ్య మైయున్నది. వేద మీవిషయమును పూర్వస్థలములో జెప్పియున్నది. అగ్ని నామముకూడ "రక్షో—హా" అనగా రాక్షసులను నాశనముచేయువాడు

ఈయర్థమునకు ద్యోతకమగుచున్నది. అగ్నిద్వారా రెండవ చికిత్స హవన చికిత్స. అగ్నిచికిత్సావర్ణన సవిస్తరముగా నితరగ్రంథములలో జేయబడినది.

హవన చికిత్స

వేదములలో హవనమునకు చాలగొప్పశాస్త్ర మున్నది. దీనికి పూర్తిగా నావిష్కారము కాలేదు. కాని, ఏవిషయము లిప్పుడు సమ్ముఖమునకు వచ్చియున్నవో, వానివలన నింత స్పష్టమగుచున్నది. హవనముచే రోగములు శమనము శాంతి చేయబడుచున్నవి. ఈవిషయమై యీపుస్తకములో ఒకమంత్రమును మాత్రమే చూడుడు*

ముంచామి త్వా హవిషా జీవనాయ
క మజ్ఞాత - యక్ష్మా దుత రాజయక్ష్మాత్ ॥

"హవనముద్వారా అజ్ఞాతరోగములనుండియు, మరియు క్షయరోగము నుండి కూడ మిమ్ములను దీర్ఘజీవనముకొఱకు విడుదలచేయుచున్నాను."

హవనముచే జ్ఞాతరోగములు దూరము కాగలుగుచున్నవి. కాని. అజ్ఞాతరోగములుకూడ దూరము కాగలుగుచున్నవి. రోగము లన, నిదానము మరియు చికిత్సాపద్ధతి స్పష్టముగ, విదితమగుచున్నవో ఆరోగములనామము "జ్ఞాతయక్ష్మము" అయియున్నది. మరియు దేని నిదానము, ఉపశమనోపాయము తెలియదో అది "అజ్ఞాతయక్ష్మము" అని చెప్పబడుచున్నది. దీనిని రాజయక్ష్మమని, క్షయరోగమని-నామములతో బిలుచు

---

* హవనపద్ధతిని గుఱించి బాగుగా తెలిసికొనగోరువారు ఆర్యనారాయణమూర్తిగారిచే వ్రాయబడిన 'అగ్నిహోత్రపద్ధతి'యను గ్రంథమును చదువవలయును.

వలయువారు:—

ఆర్యనారాయణమూర్తిగారికి, హిందూపురము, అనంతపురము జిల్లా, అని వ్రాసినచో బడయగలరు.

చున్నారు. ఇది ఆరోగము లన్నిటికి రాజు. ఎచ్చటకొక పర్యాయ మిది చేరు చున్నదో అచ్చట ఆరోగిని తీసికొనియే వెళ్ళుచున్నది. ఈవిధమగు భయానక క్షయరోగముకూడ హవనచికిత్సద్వారా నాశనమగుచున్నది. తిరిగి యితర రోగములుకూడ దూరమగుచున్నవి, అని చెప్పుట కేమి యావశ్యకత యున్నది?

ఋషికాలములో యజ్ఞవిధికి మిక్కిలి గౌరవ ముండెను. యజ్ఞములచే వర్షములను కురిపించి ధాన్యమునకు మిక్కిలి బలము కలుగచేయబడు చుండెను. వాయువును శుద్ధిచేసి దాని ప్రసన్నత ప్రాప్తము చేసికొన బడుచుండెను. సుపుత్రోత్పాదనకై పుత్రకామేష్టియజ్ఞములు చేయబడు చుండెను. ఇది దైవభావనయజ్ఞము లస్వరూపమై యున్నది. రాక్షసభావ యజ్ఞములు కూడ ప్రచలితములై యుండెను. ఈ రాక్షసయజ్ఞములద్వారా శత్రునగరములలో రోగము ఉత్పత్తిచేయబడుచుండెను. వీని ప్రవర్తనము రాక్షసులదగ్గఱనుండి జరుగుచుండెను.

తాత్పర్యము—హవనముచే నొక విశేషశక్తి పుట్టియున్నది. అది యున్నతిమార్గములో, వినాశకమార్గములో ప్రయోగము చేయబడుచున్నది. వైదికవాఙ్మయములో యజ్ఞముయొక్క ఉజ్జ్వలస్వరూపము లన్నియు కన బడుచున్నవి. ఏల యన వైదికవాఙ్మయముయొక్క ప్రవృత్తి దైవప్రవృత్తి యైయున్నది. పైశాచ - అసుర గ్రంథములలో రాజసతామసఘోరహవన ములయొక్క విధులు వ్రాయబడియున్నవి. వానివలన పై భయానకపరిణా మము లగుచున్నవి,

శ్రేష్ఠమగు సాత్వికయజ్ఞములచే, హవనములచే నారోగ్యము వృద్ధి యగును. ఘోరములగు నితరహవనములచే వ్యాధులు పుట్టి వృద్ధియై వ్యాపిం చును. శ్రేష్ఠమగు దైవయజ్ఞములవర్ణన గోపథబ్రాహ్మణ మీక్రింది విధముగ చేయుచున్నది.

భైషజ్య యజ్ఞావా ఏతే త స్మాదృతుసంధిషు,
ప్రయుజ్యంతే ఋతుసంధిషు వై వ్యాధి ర్జాయతే॥
గోపథబ్రా ఉ. ౧. ౧౯ ॥

"ఇవి యోషధియజ్ఞము లైయున్నవి. కనుక ఋతువులయొక్క సంధులలో యజ్ఞములు చేయబడుచున్నవి. ఏలయన, ఋతుసంధులలో రోగములు పుట్టుచున్నవి."

రోగనివారణము—ఆరోగ్యసంపాదనము, ఈసాత్వికయజ్ఞముయొక్క భాగమును ముఖ్యము నైయున్నది. అర్థాత్ ఈసాత్వికయజ్ఞముయొక్క భాగము ముఖ్యముగా రోగములను నివారించి ఆరోగ్యమును సంపాదించి యిచ్చుట యైయున్నది. ఈవిధముగా యజ్ఞచికిత్సయొక్క స్వరూపము కొద్దిగా నున్నది. పార్థివ, జల, అగ్ని మొదలగు వానిచే చికిత్స చేయుపద్ధతి ఈవిధముగా వేదములలో నున్నది. "అప్" శబ్దముచే జలతత్త్వముయొక్క బోధ యెట్లగుచున్నదో ఆవిధముగ అట్లు ఆత్మతత్త్వముకూడ తెలియుచున్నది. మరియు, 'అగ్ని' శబ్దముచే తైజసతత్త్వము తెలియుచున్నప్పటికిని పరమాత్మయొక్క బోధ యగుచునేయున్నది. ఈవిధముగా వేద ముచ్చతత్త్వములద్వారా కేవలము చికిత్సలను చూపుటలేదుగాని ప్రతితత్త్వవాచకశబ్దముద్వారా ఆతత్త్వముక్రింద గుప్తరూపముతో విద్యమానమైయున్న ఆత్మతత్త్వమును సాక్షాత్కారము చేయుచున్నది. ఈవిషయమెప్పుడు మఱువకూడదు. అగ్నిచికిత్సలో - సూర్యుడుకూడ ఆగ్నేయతత్త్వ మగుటచే సౌరచికిత్సనుకూడ నీ ప్రకరణములో విచారించుట యోగ్యమైయున్నది.

౬ సౌరచికిత్స

సూర్యకిరణములద్వారా చేయబడునది సౌరచికిత్స. సూర్యకిరణములను పవిత్రత నుత్పత్తిచేయుటయే ధర్మమని వేదములో "శోచిష్-కేశం" ఈశబ్దముద్వారా చెప్పబడియున్నది. కాబట్టి వేదము చెప్పుచున్నది.

నః సూర్యస్య సంద్రుశో మాయుయోథాః ॥

ఋగ్వేద. మం. ౭ సూ 33 మం. ౧॥

అర్థ— "సూర్యప్రకాశముతో మనకు వియోగ మెప్పుడును కలుగ కూడదు." ఏలయన, సూర్యుడే అన్నివిధములగు దోషములను దూరముచేసి-తొలగించి ప్రాణులకు పుష్టి నిచ్చుచున్నాడు. ఇంతవఱకు వేదము చెప్పుచున్నది.

సూర్య ఆత్మా జగత స్తస్థుషశ్చ"

ఋగ్వే. మం. ౧ - సూ ౧౧౫ - మం, ౧॥

"సూర్యుడు స్థావరజంగమములజగత్తున కాత్మయై యున్నాడు."

సూర్యుడు ప్రాణరూపి యగుటచే నతడన్నిటి కాత్మయై యున్నాడు. వాడు నశించుటచే ప్రాణిమాత్ర మంతయు నష్టమగుచున్నది." అని యీ మాట ప్రశ్నోపనిషత్తులో చెప్పబడియున్నది.

ఆదిత్యో హ వై ప్రాణః ప్రశ్న. ఉ. ౧. ౫.

యత్సర్వం ప్రకాశయతి తేన సర్వాన్

ప్రాణాన్ రశ్మిషు సంనిధత్తే ప్రశ్న. ఉ. ౧. ౬.

"నిశ్చయముగా నాదిత్యుడే ప్రాణము. ఎప్పు డాదిత్యుడు ప్రకాశమాన మగుచున్నాడో, అప్పుడు వా డన్నిప్రాణులను తనకిరణములలో నుంచుచున్నాడు."

తాత్పర్యము—సూర్యకిరణములద్వారా సర్వప్రపంచములో ప్రాణతత్త్వము సంచరించుచున్నది. అర్థాత్ ప్రాణు లన్నియు సూర్యకిరణముల ద్వారా ప్రపంచములో సంచరించుచున్నవి. ఎచ్చట ప్రాణము చేరుచున్నదో అచ్చటనుండి మృత్యువు దూర మగుట స్పష్టమైయున్నది. కాబట్టి సూర్యకిరణములద్వారా ప్రాణ మన్నిగృహములను శుద్ధము చేయగలుగునట్లుగా గేహములను నిర్మాణము చేయవలయును, ఇట్లు చేసి నివసించు గృహమునుండి మృత్యువును తరిమివేయవలయును. రోగోత్పాదకక్రిములు సూర్యకిరణముల ద్వారా నాశనమగుచున్నవి. అని యిట్లుకూడ వేదములో చెప్పబడియున్నది.

సౌరచికిత్సద్వారా యోగులు పెద్దలాభములఁ బొందుచున్నారు. ప్రాణాయామముద్వారా యీప్రాణతత్త్వవాయువును పూర్తిగా లోపలకు దీసికొని, కుంభకముద్వారా ప్రాణమును స్వకీయశరీరములలో స్థిరముచేయుచున్నారు. అన్యప్రకారముగా యుక్తిప్రయుక్తులచే సూర్యకిరణములద్వారా ఆరోగ్యమును సంపాదించుట సౌరచికిత్సయందున్నది.

వివిధరంగులుగల గోవులపాలు, వివిధములగు ఇష్టానిష్టపరిణామములను సౌరచికిత్సతో (లేక) వర్ణచికిత్సతో సంబంధము నుంచుచున్నవి.

౭ వాయుచికిత్స

వైధికధర్మములో ౯ వఅంశములో "ఆయుష్యమును వృద్ధిచేయుడు" అను శీర్షికలో వాయుచికిత్సావిషయముకొద్దిగా వ్రాయబడియున్నది. వాయువులో "అమృతఖజానా"యున్నది, అనియిట్లు ఋగ్వేద, మం ౧౦. ౧౮౬ వ సూక్తములోఁ జెప్పబడియున్నది. అమృత మెచట నుండునో అచట రోగము లుండజాలవు. కనుక అమృతముయొక్క ఖజానాను తీసికొని వాయు వెచటకు చేరుచున్నదో అచ్చట నిరోగత్వము ప్రాప్తమగును. ఈవాయుచికిత్స యొక్క మూలము వేదములో నున్నది. మఱియు,

ఆవాతవాహి భేషజం వివాతవాహి యద్రపః
త్వం హి విశ్వభేషజో దేవానాం దూత ఈయసే.

ఋగ్వే. మం. ౧౦. సూ. ౧౩౭, మ. ౩౧.

"ఓ వాయువా! నీమందును తీసికొనిరమ్ము. వచ్చి యిచటనుండి దోషము లన్నిటిని దూరముచేయుము. ఏలయన, నీవే ఔషధము లన్నింటితో యుక్తుడవై యున్నావు."

పృథివి, జలము, అగ్ని వీనికంటె వాయువు సూక్ష్మతత్త్వమైయున్నది. కాబట్టి దీనిచే నారోగ్యమును సంపాదించుట. రోగములను నాశన మొనరించుట, ఇతరములగు విధులకంటె నిది శ్రేష్ఠమైయున్నది. జలమును ప్రాప్తించుకొనుటకు కష్టము లున్నవి. వాయువు సర్వత్ర ఉన్నది. కాబట్టి

దానిని చెడగొట్టకుండినట్లయిన అది సదా అమృతము నిచ్చుటకై సిద్ధమై యున్నది. యోగులు, మునులు, మహర్షులు మొదలగువారు ప్రాణాయామముద్వారా యీప్రాణవాయువుచే నారోగ్యమును, దీర్ఘాయువును సంపాదించుచున్నారు. వాయువును యోగ్యమగు రీతితో నుపయోగపఱిచినచో ప్రతి రోగమును నాశన మగును. దానిని సేవించువిధితో పరిచయ ముండవలయును. దయాళుడగు పరమేశ్వరుఁ డమృతమయవాయువును సర్వత్ర నింపించి యున్నాడు. కాని నింపియున్నప్పటికిని అజ్ఞానులగుమనుష్యు లనారోగ్యములో బడి కుళ్ళిపోవుచున్నారు. మనుష్యుడును ప్రతిదినము నూటయిరువదియైదు ప్రాణాయామములను విధిపూర్వకముగా చేయుచుండినట్లైన వానిదగ్గఱ రోగములు నిలుబడజాలవు. విధిని వదలి కార్యమును చేయుటవల్లనే మానవున కవనతి కలుగుచున్నది.

౮ మానసచికిత్స

ఇదియే సర్వోత్తమమైన చికిత్స. వేద మీచికిత్స కెంత బల మిచ్చియున్నదో అంత బల మన్యచికిత్సల కీయలేదు. దీనికి కారణము స్పష్టముగా నున్నది. ఈచికిత్సలో నెట్లు స్వాధీనత యున్నదో, స్వతంత్రత యున్నదో, అటుల నితరమగు నేచికిత్సయందును కాజాలదు: లేదు. ఔషధచికిత్సలో ఔషధముల నాశ్రయించుట అర్థాత్ సేవించుట యగుచున్నది. జలచికిత్సలో నుత్తమమగు జలము ప్రాప్తము కావలయును. హవనచికిత్సలో వివిధములగు హవనసామగ్రిని ప్రోగుచేయుట యావశ్యకమై యున్నది. వాయుచికిత్సలో శుద్ధవాయువు లేక కార్యభాగము కాజాలదు. కార్యము జరుగలేదు. సూర్యప్రకాశము, లేక సౌరచికిత్స అవశ్యకమై యున్నది. అర్థాత్ ప్రకాశము లేక చికిత్సచేయుట అశక్యమగును.

తాత్పర్యము—బాహ్యసాధనలతో నే చికిత్సలు జరుగుచున్నవో, చేయవలయునో వానియందు పరతంత్రత పరాధీనమైయుండుట ఇతరులపై నాధారపడియుండుట తప్పనిదిగా, విధిగా నున్నది. వేదము మనుష్యమాత్రుల

ఏవిధముగానైను పరతంత్రులనుగాఁ జేసియుంచుట కోరుటలేదు; కోరదు. కాబట్టి యీచికిత్సలలో వేదము మానసచికిత్సను చూపియున్నది. దీనిలోనే బాహ్యసాధనలపై నాధారపడియుండుటకు ఆవశ్యకతయే లేదు. ఈ చికిత్స తన ఆత్మబలముతోను, మనస్సుయొక్క యిచ్ఛాశక్తితోను జరుగుచున్నది. ఏవిధమైన రోగమైనప్పటికిని రోగికి ఆత్మీయబల ముత్పన్నమైనట్లైన అథవా చికిత్సకుడు వైద్యుడు తన యిచ్ఛాశక్తిద్వారా వానికి రోగములో బలోత్పత్తిని చేసినట్లైతే, వానికి స్వయముగా రోగము శాంతినొంద నారంభించును. వేదములో మనశ్శక్తి యీవిధముగా వర్ణన చేయబడియున్నది.

యత్ప్రజ్ఞానముత చేతో ధృతిశ్చ యజ్జ్యోతి రంతరమృతం ప్రజాసు
యస్మాన్న ఋతే కిఞ్చన కర్మ క్రియతే తన్మే మనః శివసంకల్పమస్తు. ౩
యేనేదం భూతం భువనం భవిష్యత్పరిగృహీత మమృతేన సర్వం
యేన యజ్ఞస్తాతయే సప్త-హోతా తన్మే మనః శివసంకల్పమస్తు. ౪
సుషారథి రశ్వానివ యన్మనుష్యా న్నేనీయతేఽభీశుభి ర్వాజిన
ఇవ, హృత్ప్రతిష్ఠం యదజిరం జవిష్ఠం తన్మే మనః శివసంకల్పమస్తు. ౫

—యజుః, ౩౪

ఈ మంత్రములలో మనోగుణములయొక్క కథన మున్నది. మాకు గుణము లన్నిటిని నిచట వర్ణనచేయుట కావశ్యకత లేదు. మా విషయముయొక్క సూచన యేశబ్దములద్వారా యగుచున్నదో, దొరకుచున్నదో వానిని మాత్రమే యిచట విచారించెదము.

(౧) యత్ ప్రజాసు అంతః అమృతం = ఏమనసు ప్రాణులలో నమృతరూపమై యున్నదో ఆ యమృతమును సేవించుటచే నన్నిరోగములు దూరమగుచున్నవి. యోగముద్వారా నీ మనశ్శక్తికి వికాసము గలిగినట్లయిన ఆరోగ్యమునకై యేయితర పదార్థముల నాశ్రయించు నావశ్యకతయే యుండదు. అర్థాత్ మనస్సునకు వికాసము గలిగించినట్లయిన నితరములగు మందులను సేవించు నవసరమే యుండదు.

(౨) యస్మాత్ ఋతే కించన కర్మ న క్రియతే—ఏమనస్సులేక ఏకార్యము-కర్మ-కూడ చేయబడదో, ఇచట బాహ్యకర్మకంటె శరీరము యొక్క అంతర్గతకర్మలవైపునకు మాత్రమే పాఠకులు ధ్యాన మీయవలయును. ఉంచెదరుగాక! చేతులను పైకిక్రిందకు నుంచుట, పొట్టలో పచన కర్మ మొదలగున వన్నియు మనసుయొక్క ప్రేరణవల్లనే యగుచున్నవి. ఏ మనసుయొక్క శక్తిద్వారా నాలుగైదు సేర్లబరువుగల చేతు లెట్లుకావలయునో, ఎట్లు త్రిప్పబడుచున్నవో, ఆమనస్సుయొక్క శక్తిచే రోగబీజములు వానిస్థానమునుండి కించిత్తైనను కదలించబడజాలవు" అని యిట్లెవరును చెప్పజాలరు. శరీరమం దంతటను మనశ్శక్తియే కార్యములు చేయుచున్నది. కాని మనుష్యుడు తనశక్తి కపరిచితుడగు కారణముచే తనస్వాస్థ్యమునకై-ఆరోగ్యమునకై యితరులపై నాధారపడుచున్నాడు: ఆధారపడుచున్నాడు. వాస్తవమున దివ్యమైన వైద్యుడు ఆత్మయే యైయున్నది. అమృతరూపమగు మనసు దాని దగ్గఱ నున్నది. కాని అమృతమహాసాగరములో మునిగి చచ్చెడిమూర్ఖునకు సమానముగా నిదికూడ - వీడుకూడ తన దగ్గరనున్న అమృతమును వదలిపెట్టి వెలుపలి పదార్థములను కష్టములతో సంపాదించుట యందు ఆనంద మున్నదని విశ్వసించుచున్నాడు.

(3) యేన యజ్ఞః తాయతే — ఏమనస్సుద్వారా "సప్త హోత్ర యజ్ఞము" వ్యాపింపజేయబడుచున్నదో రెండు నేత్రములు-రెండు చెవులు-రెండు ముక్కురంధ్రములు-ముఖమొకటి-ఈయేడు హోతృగణము—ఈ యేడుగురు దేనియందు కూర్చుండియున్నారో అటువంటి యీ పురుషరూప యజ్ఞము మనస్సుద్వారానే నడిపింపబడుచున్నది. ఈయజ్ఞములో మనస్సే బ్రహ్మ. యజ్ఞదోషములను దూరముచేయుట బ్రహ్మపని. మనోబ్రహ్మ రూపునియధికార మిదియే.

తాత్పర్యము—శరీరదోషము లన్నియు మనస్సుద్వారా దూరముచేయబడగలుగుచున్నవి. దోషములు దూరమైనతరువాత నేరోగములునుండనేయుం

పవు. ఎంతవఱకు దోషములుండునో అంతవరకు రోగములు పుట్టుచుండును.

(౮) సుషారథిః అశ్వాన్ ఇవ=ఉత్తమమగు సారథి యేవిధముగా గుఱ్ఱములను నడిపించుచున్నాడో ఆదేవిధముగా నీమనస్సు మనుష్యులను నడిపించుచున్నది. ఇదియే దీనియొక్క ముఖ్యమైన-మహత్తరమైన-శక్తిఅయియున్నది. కాని మనుష్యులజ్ఞానకారణముచే తమశక్తికపరిచితులైయున్నారు. ఇది అన్నిటికంటె ఆశ్చర్యకరము కాదా?

తాత్పర్యము:-మనసునకు విలక్షణమైన శక్తియున్నది. కనుక మానస చికిత్సయే అన్నిటికంటె శ్రేష్ఠమైన చికిత్స. దీనిచే తన రోగములను-ఇతరుల రోగములనుకూడ దూరముచేయవచ్చును, చేయబడుచున్నవి. హస్తస్పర్శ ద్వారా రోగములను దూరముచేయువిధాన మీక్రింది మంత్రములోనున్నది.

హస్తాభ్యాం దశశాఖాభ్యాం జిహ్వా వాచః పురోగవీ,
అనామయిత్నుభ్యాం త్వా తాభ్యాం త్వోపస్పృశామసి॥
ఋగ్వే. మం. ౧౦, సూ. ౧౩౭- మం. ౭.

"పదిశాఖలు దేని కున్నవో, అటువంటి నారెండు చేతులతో మిమ్ములను స్పర్శచేయుచున్నాను. ఈ నాచేతులు (అనామయిత్నుభ్యాం) నిరోగమును చేసెడివై యున్నవి. అర్థాత్ రోగములను నాశనము చేసెడివై యున్నవి. మరియు వానితో నేను (వాచః) నావాణిని (వాక్కును) ప్రేరితము చేయుచున్నాను.

పదివ్రేళ్లు చేతులకు శాఖలైయున్నవి. వీటిచేస్పర్శ చేయుటచే నితరుల రోగములు దూరమగును, కాగలవు.

ఇచట వేదముయొక్క వివిధచికిత్సల పద్ధతులును విశేషరూపముతో చూపియున్నాము. వేద మేవిధముగా స్థూలమునుంచి సూక్ష్మతత్త్వము వఱకు తీసికొని వెళ్లుచున్నదో దీని వర్ణనపూర్ణ కొద్దిగా చేయబడియున్నది.
